



ÉVINDÍTÓ  
INSPIRÁCIÓS  
WORKSHOP

TE MERED AZ ÁLOM  
ÉLETED ÉS  
VÁLLALKOZÁSODAT  
TEREMTENI?

[WWW.TOLGYESSYZSOFI.HU](http://WWW.TOLGYESSYZSOFI.HU)

# Üdvözöllek, Tölgyessy Zsófi vagyok!

#soulpreneur

Ismerj meg!

2013-ban hátra hagytam a bár sikeres, de már nem szívből jövő marketinges, felső vezetői karrieremet, búcsút mondtam az automata robotpilóta üzemmódnak, hogy valóra váltsam két legnagyobb álmomat: fél éven át beutaztam Délkelet Ázsiát és a szenvedélyemet követve felépítettem a saját vállalkozásomat, szívből, hogy végre a saját értékeim szerint éljek.

Az elmúlt 11 évben több ezer embert támogattam már a workshopjaimon, egyéni, csoportos és az online önismereti és vállalkozói mentor programjaim segítségével.

A misszióm az, hogy azt csináld, amit szeretsz, SZÍVBŐL és meg is tudj élni belőle. A munkám szerves része az önismeret és gondolkodásmód átformálása.



#soulpreneur

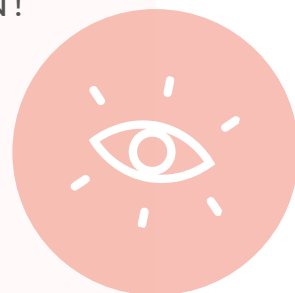
# Mitől szívközpontú egy vállalkozó?

Egyre többen hisznek egy újfajta üzleti szemléletben, amiben a stratégia mellett van helye a szívnek, az intuíciónak és az önismeretnek.

Soulpreneur (ejtsd: szólprenőr) = szívvel, lélekkel vállalkozni

## BENNE VAN A SZÍVED A VÁLLALKOZÁSODBAN!

Hiszel abban, hogy a vállalkozás nem csak egy üzleti koncepció, hanem van helye benne a szívnek, az intuíciónak, az önismeretnek. Nem minden döntésünket lehet alátámasztani racionális érvekkel. Vannak olyan döntések, amiket csak szívből lehet meghozni.



## TÖBB SZABADSÁGRA VÁGYSZ AZ ÉLETEDBEN!

Azért indultál el a vállalkozói úton, mert érezted, hogy valami többről kell szólnia az életnek. Vágysz arra, hogy több időt tudj tölteni a számodra fontos dolgokkal, legyen szó utazásról, családról vagy bármi másról.



# Mitől szívközpontú egy vállalkozó?

## A PROFIT MELLETT AZ ÉRTÉKADÁS IS FONTOS NEKED!

Fantasztikus dolog sikeresnek lenni, bőségben élni, de ez önmagában nem elég. Legalább annyira fontos, hogy az, amit csinálsz hozzájárulás legyen, jobbá tedd mások életét és a te életed is teljesebb legyen ezáltal!



## BEFELÉ IS FIGYELSZ, NEM CSAK KIFELÉ!

A döntéseidet önmagadból hozod meg és nem elvárásból, megfelelésből. A vállalkozásodat belülről szeretnéd teremteni, szívből, nem pedig külső elvárásokból és nem másokkal összehasonlítva magadat. Tudod, hogy nem kell jobbnak lenned másnál, mert ez nem egy verseny, ahol csak egy darab nyertes van és mindenképp győzni kell.



## ÖNAZONOS A MARKETING ÉS ÉRTÉKESÍTÉSI STRATÉGIÁD!

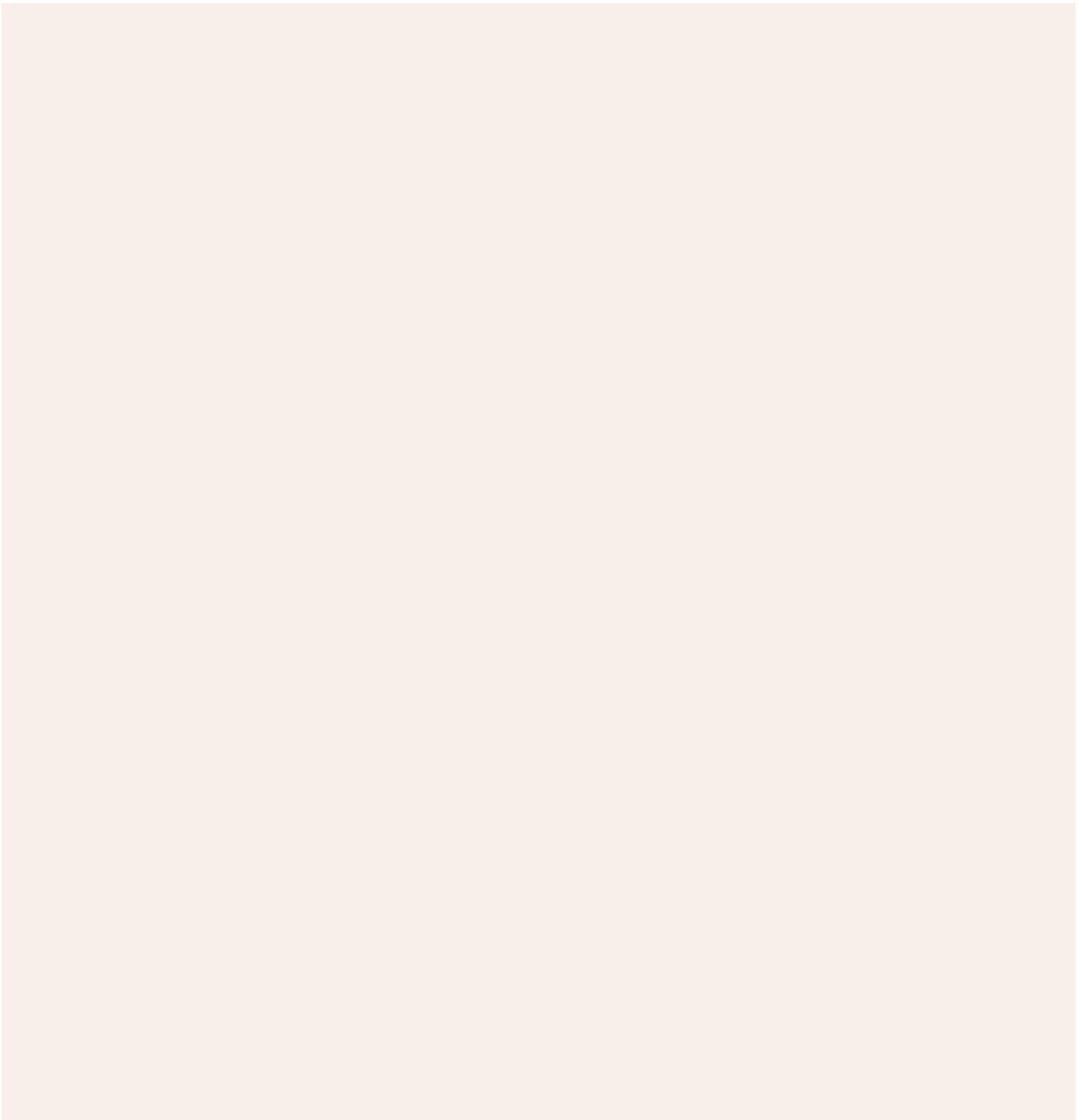
Fontos számodra, hogy olyan marketing és értékesítési stratégiád és eszközeid legyenek, amivel összhangban vagy, ami örömmel tölt el. Szeretnél őszintén kommunikálni és kapcsolódni az ideális ügyfeleddel.



# 1) Adsz magadnak engedélyt?

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

**Kérlek gondold át, te adsz magadnak engedélyt arra, hogy szívből élj és vállalkozz? Megengeded, hogy önazonosan, szívből haladj?**

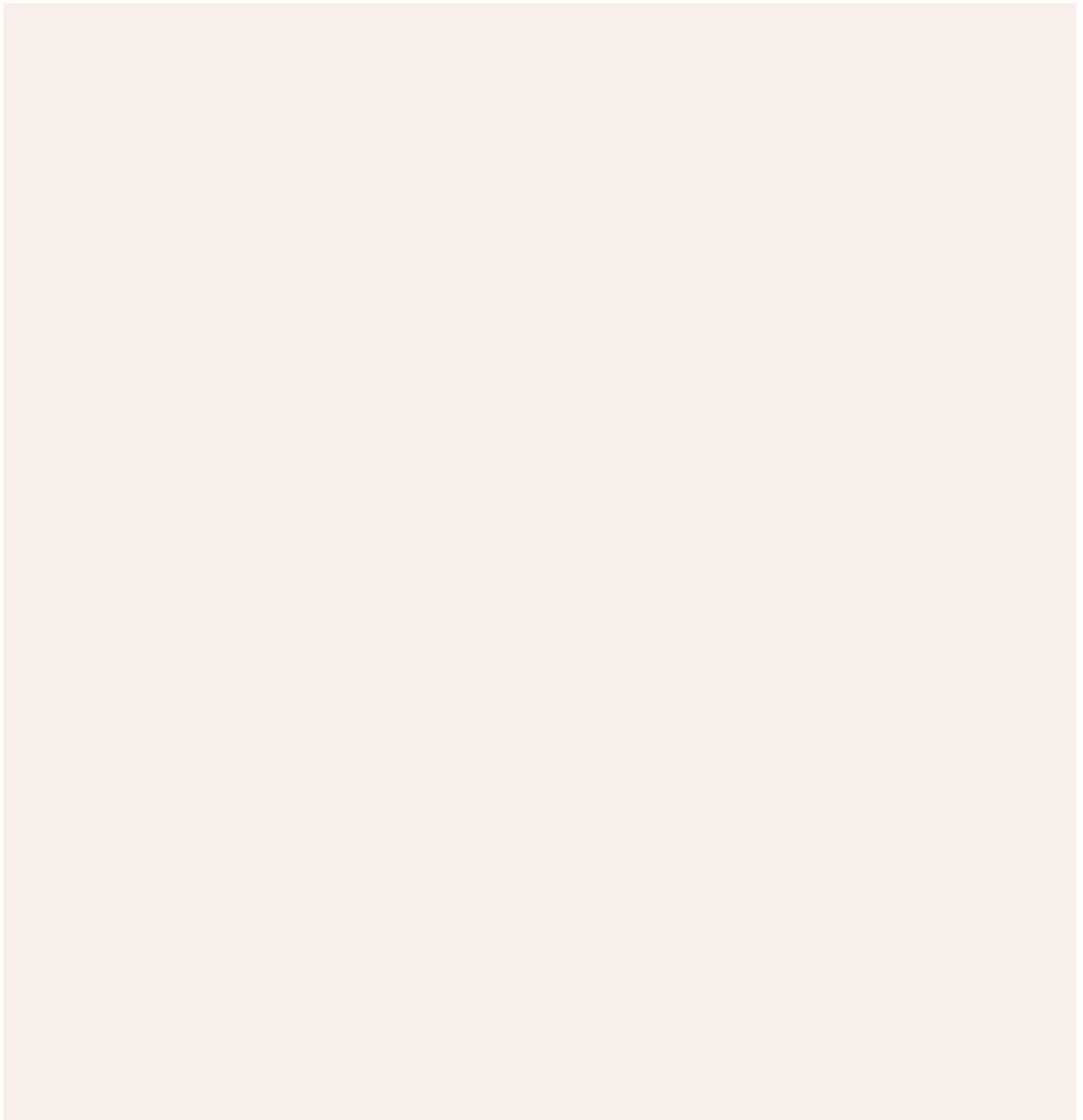


## 2) 9 éves ciklus zárása

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

*#soulpreneur*

**Mi az, ami az elmúlt években, hónapokban, hetekben mozgott és változott benned?**

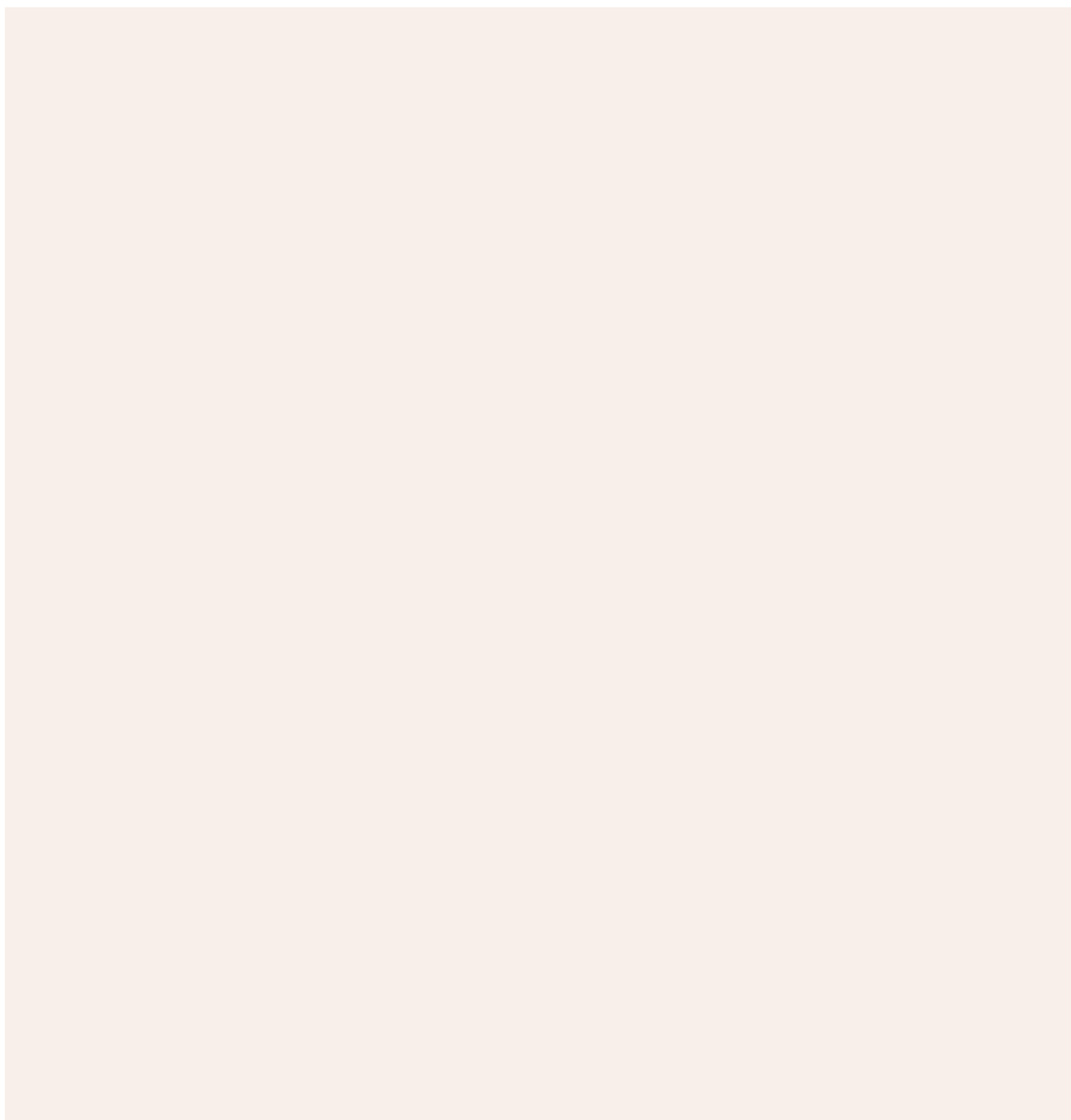


### 3) A teremtés blokkjai

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

*#soulpreneur*

**Hol vagy áldozati szerepben? Hol bántod magadat a “nem vagyok elég jóval”? Hol küzdesz, erőfeszítesz?**



# 9 önismereti kérdés és inspiráló gondolat, hogy az álom életedet és vállalkozásodat teremtsd!

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

*#soulpreneur*

## 1) Az álom életed:

## 2) Az álom vállalkozásod:

## 9 önismereti kérdés és inspiráló gondolat, hogy az álom életedet és vállalkozásodat teremtsd!

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

*#soulpreneur*

### 3) Pozitív érzések:

### 4) Félelmek:

## 9 önismereti kérdés és inspiráló gondolat, hogy az álom életedet és vállalkozásodat teremtsd!

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

*#soulpreneur*

### 5) Belső motiváció:

### 6) Hálaadás:

## 9 önismereti kérdés és inspiráló gondolat, hogy az álom életedet és vállalkozásodat teremtsd!

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

*#soulpreneur*

### 7) Álom rutin:

### 8) Értékesség:

## 9 önismereti kérdés és inspiráló gondolat, hogy az álom életedet és vállalkozásodat teremtsd!

Nézd meg az évindító workshop felvételét és állítsd meg a felvételt minden egyes kérdésnél, hogy reflektálni tudj magadnak!

*#soulpreneur*

### 9) Önazonos értékadás:

### Összegzés: Mit viszel magaddal? Mi a legfontosabb neked?

### Mi lesz az éved mantrája?

## 9 inspiráló gondolat, hogy az álom életedet és vállalkozásodat teremtsd!

- 1) Nem önzőség önmagadat és a boldogságodat előtérbe helyezni!
- 2) Lehet szívből, önazonosan építeni a vállalkozásodat! Adj magadnak engedélyt rá!
- 3) A pozitív érzelmek (pl. öröm, hála, szeretet) a leghatékonyabb teremtő eszközök!
- 4) Félelmek mindig lesznek. A kérdés csak az, hogy ők irányítják-e az életedet!
- 5) Ha a fókuszkodat a belső motivációdon (pl. örömen) tartod, akkor nyertél!
- 6) Hálát adni a legegyszerűbb és leghatékonyabb eszköz a világon!
- 7) Alakíts ki egy téged támogató napi, heti rutint és köteleződj el amellett, ami tölt téged!
- 8) Az értékeség felpörgetése a legfontosabb feladatod az életedben.
- 9) A második legfontosabb feladatod pedig az, hogy megoszd a lehetőséget másokkal, ami által értéket adsz!



dream  
plan  
do


# TARTS VELÜNK A SOUL BUSINESS KLUB-BAN!



## A Te álom életed és vállalkozásod! 21 gyakorlat a szívközpontú sikerért!

Az elkövetkező hónapok közös gyakorlása egy mély elköteleződés önmagad, az álmaid és a szívközpontú vállalkozásod felé. A Soul Business Klub meglévő eszközeiből hétről hétre együtt gyakorolunk, hogy ne csak értsd, hanem meg is éld a teremtést. Nem új információval szeretnék elárasztani, hanem egy szívközpontú teret adni neked a gyakorláshoz, teremtéshez, ahhoz, hogy összekapcsolódj a teremtő erőddel. Megtartást és közösséget ahhoz, hogy egyre inkább a középpontodból, az értékességedből teremts.

Ez az út rólad szól és arról, hogy megengedd magadnak az álom életedet és vállalkozásodat Hálás vagyok, hogy közösen járjuk ezt az utat!

Csatlakozom! 

# SOUL BUSINESS KLUB ÓRAREND

## A TE ÁLOM ÉLETED ÉS VÁLLALKOZÁSOD

JAN. 5 - 10.

Vállalkozói álom  
és miért

JAN. 12 - 18

Teremtő  
fénygömb  
meditáció

JAN. 19 - 25

Állj bele a  
vezetői  
energiádba!

JAN. 26 - FEBR. 1

Merj láthatóvá  
válni gyakorlat!

FEBR. 2 - 8-

Az értékességed  
forrásának  
felerősítése

FEBR. 9 - 15

'Igen!' gyakorlat!

FEBR. 16 - 22

Pérez  
megerősítések

FEBR. 23 - MÁRC. 1

Elengedés -  
Sedona módszer

MÁRC. 2 - 8

Szív meditáció

MÁRC. 9 - 15

Az ideális ügyfeled  
energetikai  
bevonása

MÁRC. 16 -22

Az Univerzum  
mindenben  
támogat

MÁRC. 23 - 29

A fény felerősítése  
és blokkok oldása

MÁRC. 30 - ÁPR. 5

Van egy kincsed  
meditáció

ÁPR. 6 - 12

Mi könnyű és  
örömteli számodra?

ÁPR. 13 - 19

A hála teremtő  
ereje

ÁPR. 20 - 26

Lehet 10x, 1000X  
nagyobb  
álmodni?

ÁPR. 27 - MÁJ. 3

Csakra  
harmonizálás  
meditáció

MÁJ. 4 - 10

Milyen neked a  
szívközpontú  
marketing?

MÁJ. 11 - 17.

Kincsesláda  
gyakorlat

MÁJ. 18 - 23.

Milyen neked a  
szívközpontú  
értékesítés?

MÁJ. 24. - 31

Elismerés  
gyakorlat



## HETI MENETREND

Minden héten emlékeztetni foglak egy-egy eszközzel / meditációval / mantrával vagy éppen önismereti kérdéssel arra, hogy: 'Legyél az életed teremtője!'. Természetesen annyit csinálsz, amennyi belefér az életedbe jelenleg. De egy biztos, ha követed a FB csoportunkat és akár csak ezek a posztok és eszközök emlékeztetnek arra, hogy figyelj befelé, akkor már elértük a fő célunkat. Mert akkor biztosan nem automata robotpilóta üzemmódban fogod élni az életedet.

### HÉTFŐ:

Az előző oldalon találod, hogy mely eszközön lesz a heti fókuszunk. Mindig Hétfőn fog érkezni a poszt, amiben emlékeztetek arra, hogy gyakorold a teremtő eszközödet. Neked csak annyi a dolgod, hogy a héten egyszer, vagy akár többször próbáld ki az eszközt, adj neki egy kis energiát és figyeld meg a pozitív változást az életedben!

SZERDA: Ezen a napon egy izgalmas önismereti kérdést hozok neked, amit a hét folyamán meg tudsz magadnak válaszolni a naplódban. Ezek a kérdések emlékeztetnek és segítenek abban, hogy befelé figyelj.

Napló: Javaslom, hogy vásárolj magadnak egy szép füzetet, ahova fel tudod jegyezni a megéléseidet és a válaszokat az önismereti kérdésekre.

Minden posztot a Kalauzokba fogok rendezni a FB csoportunkban!



# HAVI ÉLŐ ONLINE WORKSHOPOK

## **Természetesen támogatni fognak a havi online, élő workshopok is:**

A **Soul CEO (hónapindító inspirációs) workshop** abban segít, hogy átlásd a haladásodat, hálát adj azért, ami már működik és rá tudd irányítani a fókuszodat arra, amit a következő időszakban teremteni szeretnél. Ez a workshop mindig Hétfőn lesz a hónap elején ( 10:00 - 11:30) és utólag is visszanezhető.

**Havi Mastermind / Soul Check-in:** Ez az alkalom egy lehetőség arra, hogy kapcsolódjunk, megosszuk egymással a gondolatainkat, erősítsük, támogassuk egymást. Nem készül felvétel, annak érdekében, hogy teljesen őszintén tudj megnyílni és önmagad lenni ebben a térben.

### SOUL CEO WORKSHOP

- Január 5, Hétfő
- Február 9, Hétfő
- Március 2, Hétfő
- Április 6, Hétfő
- Május 4, Hétfő

### MASTERMIND / SOUL CHECK -IN

- Január 22, Csütörtök
- Február 19, Csütörtök
- Március 12, Csütörtök
- Április 30, Csütörtök
- Május 21, Csütörtök

...így tudlak még támogatni:

- ✓ INSTAGRAM KÖVESS BE INSTAGRAMON!
- ✓ SOULPRENEUR PODCAST HALLGASSD MEG AZ ADÁSOKAT!
- ✓ YOUTUBE NÉZD MEG A VIDEÓIMAT!
- ✓ SOULBLOG OLVASD BELE A CIKKEIMBE!
- ✓ SOUL BUSINESS KLUB
- ✓ SOULPRENEUR MENTOR PROGRAM